



WELL EDU SPÓŁKA
Z OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,5 / 5

142 oceny

Oddech korekcyjny i podstawy terapii 3D w metodzie Schroth

Numer usługi 2026/07/14/169989/3689331

📍 Wrocław

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 19:00 h

📅 03.10.2026 do 05.10.2026

2 196,02 PLN brutto

2 196,02 PLN netto

115,58 PLN brutto/h

115,58 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Kurs skierowany jest do: - fizjoterapeutów, - studentów fizjoterapii (od IV roku). Uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę z zakresu anatomii oraz biomechaniki ludzkiego ciała. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
Minimalna liczba uczestników	12
Maksymalna liczba uczestników	14
Data zakończenia rekrutacji	28-09-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie fizjoterapeutów do stosowania trójpłaszczyznowej korekcji postawy oraz technik oddechu korekcyjnego w metodzie ISST Schroth, w tym do budowania napięcia posturalnego, prowadzenia autokorekcji

oraz integracji oddechu z ruchem w terapii pacjentów ze skoliozami i wadami postawy.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje znaczenie oddechu korekcyjnego w terapii skolioz w koncepcji ISST Schroth.	opisuje mechanizm oddychania w kontekście deformacji kręgosłupa	Test teoretyczny
	wyjaśnia wpływ toru oddechowego na korekcję postawy	Test teoretyczny
Uczestnik wykonuje oddech korekcyjny zgodnie z założeniami metody ISST Schroth.	przyjmuje prawidłową pozycję wyjściową	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik stosuje podstawowe elementy korekcji trójpłaszczyznowej w terapii postawy.	ustawia ciało w korekcji 3D	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stabilizuje poszczególne segmenty ciała	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik wykonuje autokorekcję postawy oraz integruje oddech z ruchem.	przyjmuje pozycję autokorekcji	Obserwacja w warunkach symulowanych
	synchronizuje oddech z ruchem	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik analizuje poprawność wykonania ćwiczeń korekcyjnych i wprowadza korekty terapeutyczne.	identyfikuje błędy w wykonaniu ćwiczeń	Obserwacja w warunkach symulowanych
	proponuje korekty ustawienia ciała	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu/>

Informacje

Program

Całość szkolenia Metoda ISST Schroth obejmuje: PART 1 (2,5 dni) & PART 2 (2,5 DNI) & PART 3 (2DNI) & PART 4 (3 dni).

Całość szkolenia (wszystkie części) - czas: 10 dni

PART 2 (2,5 DNI) = 19 godzin zegarowych

1 godzina szkolenia = 60 minut. Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.

Kurs kończy się egzaminem pisemnym (po 2 cz. kursu) oraz praktycznym (po IV cz. kursu) nadającym certyfikat terapeuty metody ISST Schroth.

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni posiadać podstawową wiedzę z zakresu anatomii oraz biomechaniki ludzkiego ciała. Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusją, ćwiczeniami, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.

Szkolenie dzieli się na 4 części:

- Diagnostyka i klasyfikacja skolioz w koncepcji ISST Schroth
- Oddech korekcyjny i podstawy terapii 3D w metodzie Schroth
- Terapia funkcjonalna i techniki mobilizacyjne w leczeniu skolioz metodą ISST Schroth
- Zaawansowana terapia skolioz i planowanie leczenia w koncepcji ISST Schroth

PROGRAM KURSU:

Dzień 1 – Oddech korekcyjny i świadomość ciała

Moduł 1: Podstawy oddechu korekcyjnego

- Koncepcja oddechu korekcyjnego w metodzie Schroth Method
- Neurofizjologiczne podstawy oddychania
- Znaczenie oddechu w terapii skolioz
- Wpływ toru oddechowego na deformacje kręgosłupa

Moduł 2: Świadomość i kontrola oddechu

- Ocena indywidualnego wzorca oddechowego
- Kontrola i świadomość oddechu
- Aktywacja mięśni oddechowych
- Nauka kierunkowego oddechu korekcyjnego

Moduł 3: Praktyka

- Ćwiczenia oddechowe w pozycjach odciążających
- Ćwiczenia percepcji klatki piersiowej
- Wprowadzenie do oddechu asymetrycznego
- Omówienie najczęstszych błędów

Dzień 2 – Stabilizacja i koncepcja Body Blocks

Moduł 1: Podstawy stabilizacji

- Koncepcja Body Blocks
- Budowanie napięcia bazowego (Basic Tension)
- Stabilizacja segmentarna
- Rola centrum ciała w korekcji postawy

Moduł 2: Integracja oddechu i postawy

- Integracja oddechu z postawą
- Praca z oporem oddechowym
- Utrzymanie korekcji podczas oddychania
- Kontrola ustawienia tułowia

Moduł 3: Ćwiczenia praktyczne

- Stabilizacja w siadzie
- Stabilizacja w staniu
- Stabilizacja w podporach
- Analiza jakości wykonania ćwiczeń

Dzień 3 – Korekcja 3D i autokorekcja

Moduł 1: Zasady korekcji trójpłaszczyznowej

- Zasady trójpłaszczyznowej korekcji deformacji
- Autokorekcja i kontrola ustawienia ciała
- Praca nad świadomością postawy
- Nauka ustawień korekcyjnych

Moduł 2: Korekcje regionalne

- Korekcje odcinka piersiowego
- Korekcje odcinka lędźwiowego
- Stabilizacja miednicy i integracja segmentów
- Koordynacja oddechu i ruchu

Moduł 3: Zastosowanie praktyczne

- Trening kontroli neuromotorycznej
- Ćwiczenia praktyczne w różnych pozycjach
- Analiza wykonania ćwiczeń
- Korekta błędów terapeutycznych
- Omówienie programowania terapii i pracy domowej pacjenta
- Walidacja

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 19

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 19 Oddech korekcyjny Schroth – podstawy i znaczenie w terapii skolioz	Zajęcia	dr n.med i n. o zdr. Elżbieta Piątek-Krzywicka	03-10-2026	13:00	14:30	01:30
2 z 19 -	Przerwa	-	03-10-2026	14:30	14:45	00:15
3 z 19 Neurofizjologia oddychania oraz tor oddechowy w korekcji postawy	Zajęcia	dr n.med i n. o zdr. Elżbieta Piątek-Krzywicka	03-10-2026	14:45	15:00	00:15
4 z 19 -	Przerwa	-	03-10-2026	15:15	15:30	00:15
5 z 19 Praca z oporem oddechowym i aktywacja mięśni oddechowych	Zajęcia	dr n.med i n. o zdr. Elżbieta Piątek-Krzywicka	03-10-2026	15:30	16:30	01:00
6 z 19 Ćwiczenia oddechowe w praktyce – kontrola i korekta toru oddechowego	Zajęcia	dr n.med i n. o zdr. Elżbieta Piątek-Krzywicka	04-10-2026	08:15	09:00	00:45
7 z 19 -	Przerwa	-	04-10-2026	09:00	09:15	00:15
8 z 19 Body Blocks – ustawienie segmentalne	Zajęcia	dr n.med i n. o zdr. Elżbieta Piątek-Krzywicka	04-10-2026	09:15	10:30	01:15
9 z 19 -	Przerwa	-	04-10-2026	10:30	11:00	00:30
10 z 19 Body Blocks – stabilizacja ciała	Zajęcia	dr n.med i n. o zdr. Elżbieta Piątek-Krzywicka	04-10-2026	11:00	12:15	01:15
11 z 19 -	Przerwa	-	04-10-2026	12:15	12:45	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 19 Basic Tension – budowanie napięcia posturalnego	Zajęcia	dr n.med i n. o zdr. Elżbieta Piątek-Krzywicka	04-10-2026	12:45	16:00	03:15
13 z 19 Korekcja 3D – autokorekcja	Zajęcia	dr n.med i n. o zdr. Elżbieta Piątek-Krzywicka	05-10-2026	08:00	10:00	02:00
14 z 19 -	Przerwa	-	05-10-2026	10:00	10:30	00:30
15 z 19 Korekcja 3D – ustawienia terapeutyczne	Zajęcia	dr n.med i n. o zdr. Elżbieta Piątek-Krzywicka	05-10-2026	10:30	12:00	01:30
16 z 19 -	Przerwa	-	05-10-2026	12:00	12:30	00:30
17 z 19 Koordynacja oddechu i ruchu oraz ćwiczenia praktyczne	Zajęcia	dr n.med i n. o zdr. Elżbieta Piątek-Krzywicka	05-10-2026	12:30	15:00	02:30
18 z 19 -	Przerwa	-	05-10-2026	15:00	15:15	00:15
19 z 19 -	Walidacja	-	05-10-2026	15:15	16:00	00:45

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	19:00
w tym suma godzin zajęć	15:15
w tym suma godzin walidacji	00:45
w tym suma przerw	03:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	21:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 196,02 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 196,02 PLN
Koszt osobogodziny brutto	115,58 PLN
Koszt osobogodziny netto	115,58 PLN
W tym koszt walidacji brutto	153,75 PLN
W tym koszt walidacji netto	153,75 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	153,75 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	153,75 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	19:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

dr n.med i n. o zdr. Elżbieta Piątek-Krzywicka

Ukończyła studia magisterskie na Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu (2014 r.). Po studiach rozpoczęła studia doktoranckie również na AWF we Wrocławiu, gdzie w 2020 r. obroniła tytuł doktora n.med i n. o zdr. w dyscyplinie n. o kult. fiz, za dysertację pt. „Stabilność postawy ciała dziewcząt z młodzieńczą skoliozą idiopatyczną w czasie stosowania specyficznego fizjoterapii i gorsetu Cheneau”. Aktualnie w trakcie szkolenia specjalizacyjnego w dziedzinie fizjoterapii jak również asystent na wydziale Fizjoterapii (Zakład Fizjoterapii w Neurologii i Pediatrii) AWF we Wrocławiu. Odbyla liczne staże krajowe i zagraniczne w placówkach specjalizujących się w terapii skolioz (2023r. Uniwersytecki Szpital Ortopedyczno-Rehabilitacyjny w Zakopanem; 2023r.

ASKLEPIOS Katharina Schroth Clinic, Bad Sobernheim/ Germany; 2019r. Scientific and practical internship at the SRC Scoliosis Rehabilitation Centre, Belgrad/ Serbia; 2016r. Scientific and practical internship at the Istituto Scientifico Colonna Vertebra Italiana in Milan / Italy). Od 2021 roku jako jedyna w Polsce jest instruktorem specyficznej metody fizjoterapeutycznej w leczeniu skolioz ISST Schroth. Jest czynnym zawodowo fizjoterapeutą. Ukończyła liczne kursy w tym metod specyficznej fizjoterapii: 2018r. SEAS Advanced (Scientific Exercise Approach to Scoliosis), 2018r. FM- Fascial Manipulation: L. Stecco, 2016r. SEAS Basic, 2014r. FITS- Funkcjonalna Terapis Skolioz, 2014r. - DoboMed Basic, 2013r. PNF Basic.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu uczestnicy otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa w kursie jest :

1. Posiadanie ważnego numeru ID wsparcia
2. Zapisanie się na wybraną usługę przez stronę www.well.edu.pl (z zaznaczeniem opcji: **Dofinansowanie BUR**)

Uprzejmie przypominamy, iż zgłoszenie na kurs przez BUR nie stanowi gwarancji i potwierdzenia udziału w kursie. **Obligatoryjny jest kontakt z Organizatorem w celu potwierdzenia wolnych miejsc oraz wykonanie czynności opisanych w pkt.2.**

3. W szkoleniu mogą wziąć udział osoby wskazane w sekcji "Grupa docelowa usługi"- w przypadku wątpliwości związanych z uprawnieniami dotyczącymi udziału w szkoleniach, prosimy o kontakt e-mailowy lub telefoniczny.

Informacje dodatkowe

Cena kursu nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

W liczbę godzin dydaktycznych kursu **nie są** wliczone przerwy.

Szkolenie jest zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 26 podpunkt a ustawa o VAT lub w przypadku kursów dofinansowanych ze środków publicznych w min. 70% zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 29 c.

W zależności od wymogów Operatorów i kwot dofinansowań, mogą pojawić się dodatkowe dopłaty do kursu.

Krótkie przerwy realizowane w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. **Godziny przerw są podane orientacyjnie- w zależności od dynamiki i tempa grupy- mogą ulec zmianie.**

Adres

ul. Trwała 7
53-335 Wrocław
woj. dolnośląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Jakub Ślaga

E-mail szkolenia@well.edu.pl

Telefon (+48) 699 580 384